

Elaborazione e nascita dei/nei gruppi terapeutici

*Giuliana Nico*¹

Relazione tenuta al convegno “GruppiAmo: il gruppo come colloquio”, 26 novembre 2025, rassegna “La salute della salute mentale. Noi Siamo un colloquio”, Ausl Parma, ed. XV 2025.

In questa relazione desidero parlare delle ambivalenze relative alla “nascita” nei gruppi terapeutici. Quando ho iniziato a scrivere, mi sono resa conto che c’era un’ambiguità nel titolo: volevo parlare delle emozioni legate alla nascita di un gruppo, oppure delle emozioni legate alla nascita della soggettività (soggettivazione) all’interno dello stesso gruppo? Desidero allora affrontare entrambi i temi, che fanno riferimento al momento in cui una nuova entità (idea, gruppo, soggetto) riesce ad emergere e ad individuarsi rispetto ad un contesto, quando il contesto ha adottato una configurazione propizia e sufficientemente accogliente.

Mi occuperò dunque di quali siano le condizioni esterne al gruppo che possono ostacolare o favorire la sua nascita, per poi affrontare le condizioni interne al gruppo nelle prime fasi della sua creazione, avvalendomi anche dell’analisi di una seduta.

Nei gruppi c’è qualcosa che ci attrae e qualcosa che ci repelle

I gruppi hanno derive totalitarie che ci spaventano, il fenomeno è stato descritto da Wilfred Bion quando descrive le osservazioni da lui fatte nei gruppi quando si trovano in uno stato regressivo: *assunti di base* inconsci sono operanti in modo massiccio e le differenze individuali sono annullate (1961). Il gruppo si trasforma allora in un’entità autoritaria. Questo stato esprime una condizione in cui ciascun membro nega la propria dipendenza e il proprio coinvolgimento verso il gruppo, ma involontariamente li fomenta. Questo conflitto negato porta a situazioni parossistiche, ad esempio il fatto di dipendere dal gruppo e allo stesso tempo di nominare un capo patologico che lo porta alla rovina. In queste situazioni il singolo avverte frustrazione, perché i suoi bisogni di appartenenza ad un contesto sufficientemente armonico sono disattesi, allo stesso tempo ha paura, perché l’espressione

¹ Psicologa Psicoterapeuta, svolge terapie individuali e di gruppo, si occupa di psicoterapia degli adolescenti e del ruolo genitoriale, di psicoterapia dell’adulto e di formazione. Ha svolto vari interventi nel campo della psicologia di comunità, si occupa di dinamiche gruppali-istituzionali ed è interessata all’arte-terapia. E’ socia della Società Italiana di Terapia Psicoanalitica (SITPA), dell’Associazione Psicoterapia e Scienze Umane e dell’Associazione *La stanza di psiche*. E’ docente del corso di *Psicologia sociale dei gruppi e delle istituzioni* della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Psicoanalitica dell’Istituto di Psicologia Psicoanalitica di Brescia (IPP).

della propria individualità è vietata: il gruppo, di cui anche lui/lei fa parte, sembra richiedere conformismo assoluto.

Talvolta invece vi è l'assenza totale di regole gruppali o di appartenenza, sembra di vivere in un mondo in cui regnano singoli individui che interagiscono a malapena tra loro, in isolamento autistico. Regna allora la paura della confusione.

Silvia Amati Sas, una psicoanalista di origine argentina che ha operato dall'inizio degli anni Settanta a Ginevra, si è occupata per anni delle persone vittime di violenza politica e sociale. Nell'ambito delle sue riflessioni cliniche su questi traumi gravi, ha evidenziato come l'intento dell'apparato dei torturatori sia quello di alienare la vittima da se stessa per provocarne un rimodellamento adattivo inconsapevole, che la rende dipendente dal contesto in modo simbiotico (2020). Questo attacco gravissimo alla capacità di pensiero, al sentimento di esistere, all'identità, disancora le emozioni e i bisogni primari che nell'infanzia sono stati depositati sul contesto. Questo produce necessariamente nel soggetto una tendenza a cercare di ri-depositarli su un nuovo contesto, che ad esempio può essere quello traumatizzante. Il soggetto è spinto a considerare qualunque contesto come rassicurante e familiare, in un bisogno disperato di adattamento, anche a contesti mortiferi. E' una situazione psichica estrema che richiama la situazione in cui si trova il protagonista di *1984* di George Orwell (1950), al quale viene chiesto di rinnegare tutto, anche l'ultimo baluardo che gli resta, ovvero la complicità e l'amore.

Queste situazioni, in cui il trauma produce un annichilimento del soggetto, che diventa completamente dipendente dal mondo esterno, si appoggiano su una fase di sviluppo del soggetto in cui il sentimento di esistere è tutt'uno con il contesto di vita. Come Winnicott ci ha insegnato, non esiste un bambino senza il suo contesto (1960). Anche José Bleger ha evidenziato come lo sviluppo psichico del soggetto parta da un'indifferenziazione primaria, una posizione che chiama *ambigua* o *glischro-carica* (1971), antecedente a quella schizo-paranoide evidenziata da Melanie Klein. Tale dipendenza, nelle situazioni mature e usuali, è sostenuta e soddisfatta da atteggiamenti di *holding*, attraverso i quali i caregivers comunicano sicurezza, appartenenza, complementarietà. Da questi sentimenti nascerebbero le prime identificazioni insieme all'interiorizzazione degli spazi e del clima affettivo legato al contesto, per portare infine alla nascita di una personalità differenziata.

Quindi eccoci di nuovo a constatare come l'appartenenza a gruppi e collettività sia inevitabile ma possa deteriorarsi in dinamiche violente. La nostra *groupishness* (come la chiamava Bion in *Esperienze nei gruppi*) non può non manifestarsi: può essere vitale o mortifera, in base a svariate variabili, non ultima la capacità di accettarla. A maggior ragione, allora, dovremmo capire come poter creare situazioni in cui sia possibile

apprendere a stare nei gruppi e nelle comunità in modo da sentire sia appartenenza al gruppo, sia rispetto per l'individuo singolo. In molte esperienze lo stare in gruppo non comporta un appiattimento del proprio Io, al contrario si avverte la possibilità di poter far sentire la propria voce anche in mezzo agli altri. Noi guardiamo a questo "rispetto" per il singolo non solo come atto etico, ma come un fenomeno che riguarda le dinamiche di sviluppo del gruppo dentro e fuori l'individuo. Infatti, nei gruppi hanno luogo delle alternanze tra momenti di scissione e momenti di integrazione, tra momenti di differenziazione e momenti di indifferenziazione, che sono oscillazioni fisiologiche all'interno di uno stesso percorso.

Da un punto di vista cognitivo, Serge Moscovici (1981) ci ha insegnato come sia difficile ma possibile cambiare le posizioni di una maggioranza da parte di una minoranza. Questo fenomeno richiede che la minoranza posseda alcune caratteristiche: coerenza, gratuità, credibilità, flessibilità e autonomia di giudizio. Il cambiamento richiede pazienza perché è legato alla capacità della minoranza di suscitare un conflitto cognitivo interno alla maggioranza, ovvero una capacità di pensiero creativo.

Bion (1961) ci ha insegnato come, attraverso la pratica del *gruppo di lavoro*, sia possibile perseguire un'oscillazione benefica tra narcisismo e socialità. Per spiegare questo ha parlato del rapporto tra la *nuova idea (mistico, o contenuto)* e gruppo (*istituzione, o contenitore*) individuando le condizioni in cui è possibile un mutuo scambio. Secondo Bion il piccolo gruppo, così come viene immancabilmente attraversato da emozioni inconsce intense, o *assunti di base*, è anche naturalmente orientato alla comprensione e allo svolgimento del compito per il quale è istituito. In questo Bion differisce da Freud, che aveva una visione pessimistica della capacità delle masse di soddisfare obiettivi razionali. Per Bion, se tra nuova idea e gruppo si instaura una dinamica parassitaria, in cui l'uno sfrutta l'altra e viceversa, questo determina l'impovertimento di entrambi e il legame è distruttivo; ma è possibile anche l'instaurarsi di una relazione simbiotica, dove la nuova idea svolge una funzione vitalizzante nei confronti del gruppo nel quale è inserita.

Questo equilibrio nei gruppi è possibile, anche se si può ottenere solo con l'apprendimento: quando i dispositivi collettivi non sono presidiati, le dinamiche gruppali più regressive tendono a prevalere.

Vi propongo dunque di cominciare il nostro breve studio. Quali sono le condizioni per la nascita di un gruppo all'interno di un'istituzione/comunità e quali sono le difficoltà che si attraversano?

Un esempio di una difficoltà istituzionale e come impatta sul gruppo terapeutico

Nel capitolo *Scoprire potenzialità e pericoli del gruppo terapeutico nelle istituzioni. Un'esperienza di gruppo psicoterapeutico a termine in un Ser.T.* contenuto nel testo curato da Alberto Ghilardi ed Ermete Ronchi *Professione psicoterapeuta* (2003), Cristina Barbieri e Marco Valentini descrivono le dinamiche del loro gruppo terapeutico e perché dopo un anno fu giudicato molto positivo ma non fu replicato.

Secondo i conduttori la difficoltà non fu generata dalle dinamiche specifiche prodotte dal compito di trattare la dipendenza patologica in condizioni di doppia diagnosi, ma la principale difficoltà era legata al fatto che l'attenzione degli operatori era riposta esclusivamente su questo contenuto, ignorando le dinamiche relative al rapporto tra gruppo di terapia e gli altri gruppi dell'istituzione. Ad esempio, i non detti (che nel gruppo erano stati sentiti come omertosi) erano presenti anche fuori dal gruppo, ma venivano "depositati" sul gruppo dei pazienti. Ovvero, vigeva un atteggiamento scontato per cui, quando si verificavano fuori dal gruppo, non sembravano degni di attenzione particolare, lo erano esclusivamente in quanto sintomo dei pazienti.

Di fatto, il clima all'interno del gruppo esprimeva una cultura in cui tutta l'istituzione era immersa, che l'intervento aveva lasciato inascoltata. Inoltre, il gruppo era stato voluto dagli psicologi e non in prima persona dai responsabili, quindi era rimasta un'esperienza scissa che non era stata poi inclusa nelle risorse del dipartimento e promossa come iniziativa di tutti. Era come se l'attenzione al contenuto (il gruppo terapeutico, i pazienti) avesse assorbito tutte le energie, senza che si riflettesse sul contenitore.

Nel testo successivo sull'adolescenza *Il mondo in tasca* (2025), gli autori hanno ulteriormente analizzato le dinamiche istituzionali legate agli interventi terapeutici: "Quante volte è accaduto che, a fronte di intenzioni proclamate di avvio di attività mirate, di progetti già scritti, di previsioni di spesa in bilancio per l'apertura di sportelli [d'ascolto, ndr] accessibili ai ragazzi...la stanza dedicata fosse introvabile: chiave di volta in assenza della quale nulla può avviarsi davvero. Come se la mancanza di uno spazio fisico rappresentasse la mancanza di uno spazio di pensiero e quindi dell'ambivalenza di cui spesso l'Istituzione è portatrice" (ivi, pag 98). "Questa incapacità di costruire interventi più strutturati e continuativi era l'esito di *emozioni istituzionali* non elaborate, nascoste nelle pieghe dell'organizzazione, che ostacolavano l'operatività e il raggiungimento degli obiettivi, inibendo le potenzialità degli individui e dei gruppi di lavoro" (ivi, pag. 100).

E' dunque necessario un diverso rapporto tra psicoterapeuta, gruppo e istituzione. Come pensarlo?

Instaurare un buon rapporto con l'istituzione di appartenenza

I gruppi si svolgono in un contesto già abitato e connotato affettivamente, è il contesto dei nostri studi, dei nostri ambulatori, delle nostre sale d'aspetto, della nostra città. Che ascolto possiamo attivare? Secondo Franco Fasolo (in Costantini, 2000) è importante chiedersi se:

- Le finalità del gruppo sono coerenti con quelle istituzionali;
- L'istituzione può temere di diventare superflua e quindi sentirsi minacciata;
- Che tipi di gruppi sono stati fatti nella storia di questa istituzione, se i progetti sono falliti o sono stati dei successi e perché;
- Che emozioni genera il progetto tra i colleghi;
- Se si entra in conflitto con altri gruppi dell'istituzione;
- Che aspettative di cura hanno i pazienti;
- Se lavorando con un certo gruppo di pazienti, ci sia un impatto su altri operatori che lavorano con gli stessi pazienti, ecc..

In altre parole, ogni cambiamento produce effetti sul contenitore, che va curato perché la nuova idea non risulti dirompente e venga rigettata, affinché, invece, il contenitore si modifichi per includerla, rivitalizzando anche se stesso.

Secondo Elliott Jaques (1990) le istituzioni funzionano come sistemi di difesa dalle nostre angosce persecutorie e depressive, ogni cambiamento all'interno dell'istituzione deve tenere conto del fatto che verranno mobilitate delle emozioni basiche, quindi si devono creare preventivamente dei dispositivi che ne permettano l'elaborazione.

Nello specifico, secondo Ermete Ronchi (2003), quando si attiva un intervento è necessario progettare riunioni o sedute ad hoc, ulteriori rispetto alle sedute di gruppo, per gestire le dinamiche istituzionali già in fase di avviamento del progetto.

Analisi della domanda

Secondo vari autori (Ermete Ronchi, 2005; Armando Bauleo, 1990), così come un gruppo rappresenta una totalità dinamica che può essere considerata un soggetto unico, così un'istituzione, che è un gruppo fatto di gruppi, può essere considerata un soggetto unico. Inoltre, le istituzioni non sono "cose" o semplici organizzazioni amministrative, ma possono essere considerate dei soggetti viventi, che comunicano in uno specifico modo e che hanno un clima, un'aria specifica, in base alla cultura organizzativa e alle relazioni che esistono tra chi ne fa parte. Ogni pratica avviene all'interno di un *inquadramento* (José Bleger, 1989), che ha limiti, tempi, spazi, campi di influenza, ed è avvolto da legami interpersonali, che hanno connotati emotivi e sono costituiti da fantasie e immagini.

All'inizio di un progetto, si entra in una relazione con tutto il contesto.

Questo momento di ascolto viene definito *analisi della domanda*, un'espressione che è stata introdotta da Renzo Carli e Rosa Maria Paniccia (2003) per intendere il momento in cui si prende in considerazione la domanda di aiuto di una persona, un gruppo, un'istituzione, sia nelle sue componenti sintomatiche o manifeste, sia nelle sue componenti latenti, allo scopo di pianificare l'intervento tenendone conto fin dal momento della creazione del setting.

La pratica di analisi della domanda considera la richiesta di aiuto sia sul piano esplicito sia sul piano implicito, mettendo in relazione i bisogni di vari soggetti presenti nell'istituzione e le dinamiche che emergono tra loro. Ad tenendo si tiene presente il triangolo consulente-utente-committente e si analizzano le aspettative dei diversi soggetti coinvolti. Nell'esempio del gruppo terapeutico presso il Ser.T., l'analisi della domanda cerca di comprendere le aspettative implicite di chi commissiona l'intervento (non solo dei terapeuti e degli utenti), in modo che non emergano solo a fine progetto.

Individuo-gruppo-istituzione sono un continuum

Un altro aspetto del rapporto tra gruppo e istituzione è che esiste una continuità tra ciò che accade nei dispositivi di cura a livello gruppale e nell'istituzione più allargata; in realtà si parla di un continuum individuo-gruppo-istituzione. Questo continuum permette di trattare all'interno del gruppo terapeutico anche le dinamiche istituzionali, così come il fatto che anche negli incontri istituzionali (equipe, riunioni...) si possano ritrovare le stesse dinamiche presenti nel gruppo terapeutico. Lo stesso problema si ripropone in modo ologrammatico in tutti i livelli (o dispositivi) dell'istituzione, anche nei singoli membri.

Ecco alcuni esempi di dinamiche istituzionali:

- esistono protocolli di presa in carico, documenti, i quali veicolano una certa idea della cura, che influisce su operatori e pazienti;
- Il vissuto del terapeuta verso la propria istituzione influenza la sua modalità di presa in carico e le sue interpretazioni delle dinamiche dei pazienti; a volte il legame con i pazienti diventa un modo per scaricare i conflitti e le frustrazioni;
- La domanda degli utenti è influenzata dalla rappresentazione che hanno della cura che riceveranno e dell'istituzione in cui si dovrà realizzare.

Sia in ambito terapeutico, sia in ambito formativo, in qualunque dispositivo ci si trovi ad operare (seduta diadica, gruppo, incontro istituzionale, gruppo allargato), si può utilizzare il modello contenitore-contenuto e i concetti di assunti di base e gruppo di lavoro per capirne le dinamiche (Civitarese 2021). È un punto che sarà più chiaro successivamente.

Intanto passiamo alla trattazione del nostro piccolo gruppo. Come influiscono le emozioni sul nostro gruppo terapeutico? Come possiamo leggere quello che vi accade?

Il piccolo gruppo terapeutico

Partiamo dalla favola di Pierino e il Lupo di Prokofiev. E' la storia di Pierino che disobbedisce al nonno ed esce dal cancello del cortile per andare nel prato vicino al bosco, vinto dalla curiosità di conoscere. Qui incontra vari animali, ma ad un certo punto arriva il lupo che mette in scena tutta la sua distruttività. Interviene il nonno a mettere in salvo il bambino, ma Pierino non ha paura e non demorde. Con l'aiuto dell'uccellino, con coraggio e intelligenza, cattura il lupo e lo consegna ai cacciatori.

Nella storia, ogni strumento musicale rappresenta un personaggio e ci sono continue interazioni tra singolo strumento ed orchestra. Ogni personaggio esprime qualcosa che è presente nell'intero gruppo. Quando suona il flauto con la voce dell'uccellino, ci parla della spensieratezza, della libertà, dell'intelligenza, che nella storia sono compagni fedeli di Pierino. Con Pierino e con il lupo, ci parla della curiosità, del bisogno di protezione e del coraggio, ma anche della trasgressione, dell'avidità e della morte. Ogni personaggio esprime un'emozione della storia.

Questo si può accostare al concetto di *portavoce* di Pichon-Riviere (1986). Per lui, ogni persona che parla nel gruppo esprime un punto di vista sincronico (verticale) che riguarda la sua storia personale, insieme ad un punto di vista diacronico (orizzontale) che riguarda la dinamica del gruppo. Il portavoce, che può anche cambiare continuamente nel gruppo, rappresenta il punto di connessione tra il discorso manifesto del gruppo e l'emozione latente o assunto di base del momento. Ascoltando il portavoce, il/la terapeuta coglie l'emozione gruppale del momento.

Anche nella Teoria di Campo di Antonino Ferro e Giuseppe Civitese si parla di *personaggi* (Civitese, 2023). Essi rappresentano una funzione emotiva che è attiva nel campo della seduta in un dato momento. I personaggi sono inseriti nella scena grazie alla rielaborazione del pensiero onirico della veglia, che li riempie di senso (emozione latente) e attraverso la funzione alfa li "veste" di caratteristiche, azioni, risorse, attribuendo loro una specifica funzione che li rende vivi nella storia.

Nella parte che segue presento un resoconto della prima seduta di un gruppo terapeutico. Si può individuare un portavoce? Quali personaggi emergono in seduta? Quali sono le emozioni circolanti?

Seduta, prima parte: siamo invitate alla festa?

Il gruppo è eterogeneo per sintomi e per età, slow-open, settimanale, si svolge in uno studio privato. E' composto da Marina, Carla, Iside, Celestina, Annachiara, Franca.

Il gruppo inizia con un benvenuto e una breve presentazione della terapeuta e alcuni accenni al setting. C'è molta emozione e dopo le poche parole della terapeuta c'è un silenzio iniziale.

Quasi subito Marina si presenta, dicendo che ha fatto terapia per tanti anni e ha acquisito molta consapevolezza, in particolare su come gestire la rabbia. Spiega molto estesamente e in modo appassionato una vicenda con una cara amica, che non l'ha invitata ad una festa e successivamente era rimasta delusa dal fatto di non essere stata invitata, a sua volta, ad una festa organizzata da Marina. Ha iniziato a punzecchiarla su FB. Marina chiarisce con l'amica senza andare tanto per il sottile, via sms, esplicitando la propria delusione ma anche accettazione per il fatto di non essere stata invitata.

Gli sguardi delle altre partecipanti sono abbastanza stupiti e molto concentrati.

Tutte ascoltano e qualcuno gradualmente interviene con delle timide domande. "Da quanto la conosci?", "perché non ti ha invitato?". La conversazione è un pò stentata, segue silenzio, sembra che l'argomento "difficoltà con un'amica" non susciti molto interesse inizialmente, le persone sembrano perplesse.

(La terapeuta avverte tensione, nessuno si è presentato e non è chiaro come rivolgersi le une alle altre, le sembra che tutto stia andando molto velocemente.)

La terapeuta ringrazia Marina per avere rotto il ghiaccio, esclama che l'inizio è molto intenso forse perché c'è la voglia di utilizzare il gruppo fin da subito! chiede cosa ne pensano le altre...dice che in questo modo si può iniziare a conoscerci.

Franca racconta di un suo modo di gestire lo stare male, racconta di aver imparato a trasformarlo. Celestina dice che è molto emozionata e sta per piangere, poi dice che non ha pensato solo alle cose positive dello stare in gruppo, allude che ce ne siano di altro segno.

La terapeuta dice che il gruppo può accogliere molte cose, positive e negative, le emozioni inizialmente possono essere molto intense.

Il clima è un pò stemperato. Qualcuno fa altre domande a Marina. Forse Marina a questo punto è un pò dispiaciuta della sua impulsività, ma continua nello stesso modo, dicendo che ha fatto tanta strada e ha dovuto imparare, con sofferenza, qual è il modo di comportarsi che preferisce e chiude il discorso.

La terapeuta dice che non sentirsi invitate può essere triste, fa scappare la voglia.

Il gruppo ora è silenzioso e sembra che circolino tanti pensieri. Dopo un pò di tempo, qualcuna riprende l'argomento. Parlare via sms è la stessa cosa della presenza? C'è un

giro di opinioni, ci sono varie esperienze. A volte è preferibile, a volte no. Annachiara non interviene.

In questo frammento di prima seduta, Marina si espone molto e manifesta tutto il proprio desiderio di far parte del gruppo, ma allo stesso tempo descrive una situazione di una festa-gruppo dove ci sono vari “non-inviti”; inoltre la sua comunicazione è molto ruvida, nel gruppo non si sono detti ancora come si chiamano.

Sembra che in questo frammento Marina sia portavoce di timori del gruppo, che vengono gradualmente a trattati e contenuti.

Iniziare un gruppo è difficile perché si può avere paura di sentirsi sole in mezzo agli altri, di sentirsi esposte al vuoto al centro del gruppo, di avere a che fare con finte amiche che ti rifiutano. Ci sono alcuni timori relativi al gruppo stesso, come se potesse fare male al singolo con le sue pretese e con le sue reazioni intense, anche se è fortemente desiderato. Il personaggio “Festa” stimola ma anche respinge (direi ri-punge).

Anche la terapeuta è immersa in questo clima. Si sente trascinata ed è tentata di reagire con un tentativo di isolamento difensivo. Contemporaneamente a questi vissuti, esercita la propria *capacità negativa* (attesa + fiducia) e prova a capire cosa succede senza spaventarsi troppo.

Come si vede, questa funzione è attiva anche per le partecipanti. Con dei brevi interventi non lasciano sola Marina ma cominciano a interagire, adeguandosi al suo tono, ma cercando di gestire l’emozione collettiva, espressa anche da Franca, che descrive come si comporta lei quando sta male, e da Celestina che piange.

In questo modo, il gruppo è passato ad una fase di aiuto ai propri membri e allo stesso tempo di condivisione; circolano vissuti importanti e intimi, che parlano del gruppo e contemporaneamente della storia personale di ciascuna. Sembra che in questa fase le partecipanti possano trovare uno spazio di espressione personale.

Che cosa osserviamo in questa seduta? Di seguito propongo alcuni concetti attraverso i quali vari autori descrivono le emozioni nei gruppi terapeutici.

Il clima del gruppo, emozione condivisa inconscia

Innanzitutto, ciò che dobbiamo osservare è il gruppo nella sua totalità, che non coincide con la somma degli individui che lo compongono.

Inoltre, dobbiamo specificare che ci sono vari livelli di lettura dell’interazione gruppale. Si possono ascoltare le storie in senso verticale, per ciò che comunicano del passato di ciascuno, ascoltando i singoli individui e il loro mondo intrapsichico. Si possono ascoltare

le interazioni a due. Si può ascoltare il preconcio del gruppo. Il livello che qui vorrei segnalare è un livello ulteriore, è il clima del gruppo, l'emozione condivisa inconscia.

Come già accennato, per Bion l'inconscio è sociale ed è condiviso tra i soggetti, una totalità all'interno della quale gli individui sono elementi dinamici in relazione tra loro. A questo proposito, Claudio Neri (2021) fa l'esempio della fungaia: la parte inconscia indifferenziata coincide con il micelio, l'insieme dei collegamenti della pianta sotterranea, mentre l'individuo è rappresentato dal singolo fungo, che è il frutto in superficie. Per questi autori, la psiche del singolo individuo trascende i suoi limiti fisici, è *transindividuale*. Come vedremo, anche gli *assunti di base* sono hanno caratteristiche simili, sono contenuti nel *sistema protomentale* e stanno alla base della lettura della dinamica gruppale proposta dalla Teoria del Campo Analitico. Con funzioni analoghe Siegfried Foulkes (1976) indicava il concetto di *matrice*.

Un concetto della Concezione Operativa altrettanto importante è stato coniato da Enrique Pichon-Riviere (1986) sotto il nome di E.C.R.O. (Esquema Conceptual Referencial y Operativo, Schema Concettuale di Riferimento e Operativo). Esso rappresenta l'insieme di tutte le conoscenze, esperienze, sentimenti con cui guardiamo il mondo, pensiamo ed agiamo. E' una griglia con cui interpretiamo la realtà, che si crea nel corso del tempo come frutto delle esperienze del soggetto in relazione con il mondo e con gli altri oggetti (le persone significative della sua vita). E' uno schema cognitivo ed affettivo prevalentemente inconscio, che contiene informazioni ma anche sentimenti; contiene le emozioni sperimentate nelle relazioni con le persone significative ma anche i pattern relazionali (i vincoli) e la loro evoluzione nel tempo. Quindi è un contenitore di identificazioni ma anche di funzioni, che costituisce la nostra identità.

Nella concezione operativa di gruppo, gli ecro dei singoli individui si confrontano con la situazione gruppale presente e gradualmente si trasformano, modificando gli ecro di ciascuno e creando un ecro gruppale.

L'inconscio e il campo analitico

Secondo la Teoria del Campo Analitico della Scuola di Pavia, pazienti ed analista danno vita a un campo intersoggettivo condiviso. Per esemplificare questo concetto, Giuseppe Civitarese (2023) prende come esempio la parte centrale del vaso di Rubin, lo spazio tra due individui, che può essere osservato alternativamente rispetto alle soggettività singole ai lati, in un rapporto di reciproca interdipendenza. Thomas Ogden (2022) sostiene che un paziente che entra in analisi in parte "perde" la sua mente ed entra in un'area psicologica intermedia, terza, condivisa con l'analista e con il gruppo. Quindi, l'oggetto di cura della psicoterapia di gruppo è il *campo* inconscio condiviso, gruppale, sempre attivo. E' come se fosse un sistema

interpretativo di ciò che accade a livello sensoriale, perché riempie di significato personale l'esperienza. Fornisce i mattoncini di Lego che poi altre funzioni trasformeranno in una costruzione-pensiero.

L'inconscio è la fonte della patologia ma anche il luogo della sua risoluzione e della vitalità, come nel film di Hayho Miyazaki *La Principessa Mononoke*, dove il Dio-Cervo può donare e togliere la vita. Si manifesta come una funzione di cura in grado di rigenerarsi continuamente.

Che cosa altro ci dice la letteratura su quello che vi accade nel gruppo? Parliamo delle ambivalenze delle fasi nascenti.

Le emozioni dei gruppi, all'inizio

Come indicano Armando Bauleo e Marta De Brasi (1990), il gruppo inizialmente è un "aggruppamento", ci sono frammentazione e discontinuità.

Claudio Neri (2021) evidenzia alcuni vissuti specifici e contraddittori che possono essere intensi. Questi sono sentimenti inconsci o talvolta preconsoci, e fomentano l'ansia con la quale i partecipanti si avvicinano a tutto periodo iniziale (non solo alla prima seduta).

Ad esempio, inizialmente i partecipanti possono sentire che il gruppo è un'entità che sfugge al controllo, in modo sorprendente e/o spaventoso. I partecipanti accettano di mettersi in una situazione in cui, se da una parte contribuiranno alla creazione degli assunti di base e degli effetti del conformismo di gruppo, contribuiranno anche a raggiungere i traguardi del gruppo di lavoro in termini di senso di appartenenza e capacità di pensare. Questi vissuti però possono essere sentiti come contraddittori rispetto alla propria identità. Allo stesso tempo, la partecipazione al gruppo permette proprio quella ridefinizione della propria identità che si auspicava all'inizio della terapia.

Un'evoluzione del sentimento di cui sopra è quello che porta ad un vissuto di depersonalizzazione, che pervade tutti i partecipanti. Esso è rappresentato da una certa perdita dei confini del sé, di cambiamento rispetto al proprio modo abituale di pensare al mondo, agli oggetti, al tempo, un pò come se si fosse ubriachi. Nella prima fase della seduta presentata, ad esempio, sembra che l'ansia e il timore di perdere alcune caratteristiche della propria identità sia molto forte.

In generale, sembra esserci un vissuto comune che è molto attrattivo per i membri, come se i membri venissero catturati dalla necessità di mettersi in sintonia con tutti gli altri. Allo stesso tempo, i sentimenti contraddittori di questa fase sono connotati anche da vissuti depressivi perché i membri del gruppo sentono intimamente che se vorranno continuare e se vorranno cambiare, dovranno abbandonare una parte di sé e fare un'esperienza di

accoglimento dell'alterità, di ciò che è sconosciuto, inteso sia in senso interpersonale, sia nel senso di parti di sé, sia nel senso di accoglimento del gruppo. Tutto questo porta a vivere il gruppo a volte con euforia ed eccitazione, a volte con repulsione; tendenzialmente prevalgono entusiasmo e disponibilità (in chi decide di rimanere).

Questa fase è chiamata di illusione gruppale: talvolta ha tinte un pò artificiali ed esagerate (siamo il miglior gruppo di sempre!), oppure può apparire che si basi su un'adesione superficiale, ma l'emozione sottostante è molto intensa ed è necessario affrontarla gradualmente man mano che i legami del gruppo si rafforzano. Inoltre permette di percepire per la prima volta i confini del gruppo e la differenza rispetto ad altri gruppi, così come la nascita delle catene associative e dei collegamenti simbolici del gruppo.

Talvolta emerge fin da subito incredulità e sentimento di conflitto tra la cultura che viene proposta nel gruppo e la cultura di origine (gruppo primario di appartenenza). Anche la sola osservazione di questo può portare a scetticismo ed entusiasmo allo stesso tempo.

Gli assunti di base

Uno strumento teorico fondamentale per capire il gruppo è contenuto in *Esperienze nei gruppi*, dove Wilfred Bion (1961) parla degli assunti di base. Sostiene che il gruppo in alcuni momenti manifesta un modo di funzionare inconscio, regredito e automatico, in cui le emozioni sono preponderanti e tendono ad essere molto coinvolgenti, in cui le differenze individuali vengono scotomizzate e gli individui si sentono forzati ad aderire al vissuto del gruppo. Come dicevamo all'inizio, in alcuni gruppi talvolta questa situazione diventa totalizzante e si entra nella modalità del *gruppo a massa*, mentre generalmente gli assunti di base si alternano ad altri momenti in cui la mentalità è quella del *gruppo di lavoro* (ne parlo tra poco). I vissuti dell'inizio sono intrisi di queste emozioni che, anche se con diverse oscillazioni, sono primarie e onnipresenti.

In una delle configurazioni che Bion aveva osservato, che ha definito *Assunto di Base Dipendenza*, i membri del gruppo si comportavano come se il compito consistesse nell'essere nutriti e sostenuti da un oggetto/persona da cui il gruppo derivava la propria esistenza. Dopo varie sedute, Bion aveva constatato che c'era un'emozione principale da cui il gruppo sembrava voler fuggire, era un'emozione depressiva.

In un'altra configurazione, quella dell'*Assunto di Base Attacco e Fuga*, i membri del gruppo si comportavano come se il proprio obiettivo fosse rivolto ad un oggetto/persona esterna al gruppo, che era necessario distruggere o da cui era necessario fuggire affinché il gruppo potesse sopravvivere. L'emozione principale era l'odio e la paura. Ripercorrendo mentalmente la seduta, si può ipotizzare che sia questo l'assunto attivo nei primi momenti.

In un'ultima configurazione, quella dell'*Assunto di Base di Accoppiamento*, i membri del gruppo sembravano avere un atteggiamento di attesa che qualcosa all'interno del gruppo nascesse e desse risposta a tutti gli interrogativi, liberando il gruppo dai sentimenti di frustrazione e distruzione. Il sentimento prevalente era quello di speranza fiduciosa, spesso rivolta a due membri del gruppo che con la loro relazione facevano sperare nella nascita di qualcosa di nuovo e miracoloso; l'emozione principale era l'attesa messianica.

In alcuni momenti invece il gruppo esprimeva una mentalità che Bion considerò più evoluta e definì *gruppo di lavoro*, per designare un modo di funzionamento sofisticato (nel senso di non immediato e basilare, ma frutto di apprendimento) in cui i membri esprimevano il proprio modo di pensare individuale e, lavorando sul compito, sugli assunti di base, sulla realtà, rendevano possibile la nascita di nuove idee e permettevano la crescita del gruppo. Prendendo come esempio la seduta, si può notare come le emozioni arrivino ad ondate. Il gruppo sembra assorbirle e dopo un pò restituirle cambiate. Prendiamo ad esempio nella sequenza in cui il gruppo gradualmente approfondisce il tema lanciato (è il caso di dirlo) da Marina: sembra che tutte le partecipanti siano intente a incubarne gli eccessi. Questo lavoro, dopo che è stato fatto, permette un miglioramento di comunicazione

Il pensiero di gruppo nasce da questo stato.

Gli assunti di base e il gruppo di lavoro sono stati mentali collettivi ma anche individuali. Essi sorgono da ansie di base che sono acutizzate dal compito. Ogni compito, infatti, richiede una rielaborazione personale che richiede l'accoglienza di un aspetto nuovo della situazione che si deve elaborare. Questa situazione, necessariamente incerta, provoca le emozioni intense alla base degli assunti.

Per Bion la crescita psichica è permessa dal conflitto continuo tra queste due mentalità (assunti di base e gruppo di lavoro), sia per il gruppo sia all'interno dell'individuo, dove nessuna delle due può essere intesa separatamente dall'altra. L'adesione a quella primitiva rivitalizza e fa sentire immersi in una grande energia, ma, se non elaborata, ostacola il raggiungimento dei propri obiettivi; l'adesione alla seconda invece deprime e fa sentire un pò soli, ma permette di raggiungere gli obiettivi.

Giuseppe Civitarese nell'articolo *Esperienze nei gruppi come chiave per comprendere l'“ultimo” Bion* (2021), propone di pensare alla terapia duale come ad una situazione gruppale, in cui si crea un dialogo all'interno di un gruppo-a-due costituito dalla diade analista-paziente, comprensibile utilizzando appunto le idee emerse dallo studio dei gruppi, gli assunti di base e il gruppo di lavoro. Il gruppo di lavoro coincide con le capacità dell'Io o aspetto razionale del gruppo, ovvero di una funzione che si connette con la parte istintiva/gruppale. Si tratta di garantire, da una parte, la mobilitazione delle emozioni degli assunti di base, dall'altro, la presenza della struttura razionale, senza che nessuna delle due collassi.

Ora che abbiamo parlato di alcuni concetti teorici, possiamo di nuovo ascoltare il gruppo. La nostra comprensione, anche a posteriori, nel continuo della terapia, aiuta a metabolizzarne le emozioni e a consolidare il contenitore gruppale.

Riusciranno le nostre eroine a superare la nottata?

Seduta, seconda parte: re-invitate o... re-inventate!

A questo punto Annachiara dice che anche lei ha avuto delle difficoltà per degli equivoci che si sono creati, questa volta con il fidanzato di un'amica. Le hanno proposto di fare l'amore in tre ma lei ha declinato.

(Alla terapeuta sembra che l'argomento sia buttato lì con molta fretta, come se non avesse significato. Le viene in mente l'immagine di una persona nuda in mezzo ad una stanza, un'emozione di pericolo. Le sembra anche che il gruppo stia dicendo che è improvvisamente nato, che si può stare insieme, ma i ritmi devono essere calibrati meglio, senza lasciare le persone sole in mezzo alla stanza).

Annachiara finisce di raccontare: quando poi si sono visti successivamente col fidanzato dell'amica, per caso, dopo questo dialogo, lui l'ha salutata in modo strano, forse imbarazzato, l'ha salutata a malapena. Annachiara non aggiunge altro, e tutte ci guardiamo, riverberando la stessa perplessità della storia.

(La terapeuta pensa a come è spiacevole essere invitate e poi non-salutate. Pensa a cosa farsene di tutti questi "non").

Carla riprende quanto detto da Celestina, dice che si è sentita incoraggiata dal fatto che è stato detto qualcosa di "negativo" sul gruppo, perché lei ha aderito entusiasticamente ma poi ha pensato al gruppo e ha avuto paura di coinvolgersi troppo nello stare male degli altri, di stare peggio anche lei.

(La terapeuta pensa che i discorsi siano lasciati a metà, ma siano poi ripresi ad un livello più profondo, nel quale il gruppo sta elaborando il conflitto tra l'essere riunite, l'entusiasmo un pò eccitato per il fatto di potersi parlare, e allo stesso tempo il timore che una parte di sé non sia benvenuta, con un misto di curiosità (far l'amore) e paura della patologia (contagiarsi)).

La terapeuta dice che in effetti ci possono essere queste preoccupazioni ma che siamo qui apposta per affrontarle, perché la terapia ci dà strumenti per capire e stare meglio.

Il discorso continua a girare con Franca e Marina che fanno da aiutanti.

Franca sbaglia qualche nome, la terapeuta chiede se si sentono di poter correggere i nomi.

Celestina dice timidamente che lei si chiama appunto Celestina; Franca la guarda dolcemente, un pò dispiaciuta per aver sbagliato.

Carla racconta di come si fosse sentita esclusa nel passato nel proprio gruppo di amici, quando lei e il suo attuale marito hanno avuto, per primi nel gruppo, la prima bimba. Tutti hanno continuato a fare la vita di prima e loro non potevano. Ora c'è un'amica che vuole fare un anniversario di matrimonio in cui re-invitare tutti.

(La terapeuta pensa a quanti gruppi in cui è stata sono finiti, viene immersa da un'ondata di tristezza. Poi pensa alla figlia di Carla, immagina che piccola peste deliziosa grintosa e travolgente possa essere, alla depressione post-parto di molte mamme, alla difficoltà di dover scegliere tra l'appartenenza al gruppo e l'appartenenza alla famiglia che sta circolando tra tutte. Poi le gira in testa la parola re-invitare usata per l'amica...la associa a re-inventare, pensa che il gruppo attuale è un anniversario i cui si re-inventano le amicizie e la tristezza si trasforma in commozione).

Iside, la più giovane, che fino a quel momento non aveva detto nulla, interviene per presentarsi. Dice che è nel gruppo perché vuole capire meglio le emozioni che prova verso il fidanzato e verso un altro ragazzo con il quale si è creata una situazione particolare, spiega quello che le sta succedendo.

(La terapeuta pensa che è di nuovo in scena l'amore, questa volta con calma e realismo).

Dopo alcuni scambi, la terapeuta dice: c'è stata una grande partecipazione, abbiamo parlato di rapporti "familiari" e "cari", in cui ci si sente o non ci si sente invitate, delle emozioni che questo può suscitare.

Ci vediamo la settimana prossima; le persone escono alla spicciolata dalla stanza.

Ecco il gruppo, finita la prima seduta, finita anche questa esposizione. Nella mente di tutti rieccheggiano idee per il futuro.

Bibliografia

Amati Sas Silvia, *Ambiguità, conformismo e adattamento alla violenza sociale*, Franco Angeli, Milano, 2020.

Barbieri Cristina, Valentini Marco, *Il mondo in tasca. Uno sguardo psicosocioanalitico sull'incontro con l'adolescente*, La Meridiana, Molfetta, 2025.

Bauleo Armando e De Brasi Marta, *Clinica grupale clinica istituzionale*, Il Poligrafo, Padova, 1990.

Bion Wilfred, *Esperienze nei gruppi*, Armando Editore, Roma, 1961.

Bleger José, *Psicoigiene e Psicologia istituzionale*, Libreria Editrice Lauretana, Loreto, 1989.

Bleger José, *Simbiosi e ambiguità*, Feltrinelli, Milano, 1971.

Carli Renzo, Paniccina Rosa Maria, *Analisi della domanda. Teoria e tecnica dell'intervento in psicologia clinica*, Il Mulino, Bologna, 2003.

Costantini Anna, *Psicoterapia di gruppo a tempo limitato. Basi teoriche ed efficacia clinica*, McGraw-Hill, Milano, 2000.

Civitaresse Giuseppe, *Esperienze nei gruppi come chiave per comprendere l'“ultimo” Bion*, in *Gruppi*, Franco Angeli, 2/2021.

Civitaresse Giuseppe, *Introduzione alla teoria del campo analitico*, Raffaello Cortina, Milano, 2023.

Fasolo Franco, *Gruppi che curano & gruppi che guariscono*, La Garangola, Padova, 2002.

Foulkes Siegfried, *La psicoterapia gruppoanalitica*, Astrolabio, Roma 1976.

Jacques Elliott, *Lavoro, creatività e giustizia sociale*, Bollati Boringhieri, Torino, 1990.

Gaburri Eugenio e Ambrosiano Laura, *Ululare con i lupi. Conformismo e reverie*, Bollati Boringhieri, Torino, 2003.

Moscovici Serge, *Psicologia delle minoranze attive*, Il Mulino, Bologna, 1981.

Neri Claudio, *Il gruppo come cura*, Raffaello Cortina, Milano, 2021.

Ogden Thomas, *Prendere vita nella stanza d'analisi*, Cortina, Milano, 2022.

Orwell George, *1984*, Mondadori, Milano, 1950.

Ronchi Ermete, Ghilardi Alberto, *Professione psicoterapeuta. Il lavoro di gruppo nelle istituzioni*, FrancoAngeli, Milano, 2003.

Pichon-Riviere Enrique, *Il processo gruppale*, Libreria Editrice Lauretana, Loreto, 1986.

Ronchi Ermete, Ghilardi Alberto, *Professione psicoterapeuta. Il lavoro di gruppo nelle istituzioni*, FrancoAngeli, Milano, 2003.

Winnicott Donald, *Il bambino, la famiglia, il mondo esterno*, Giunti, Firenze, 1960.